

HAYAT AĞACI



ANA ÖZELLİKLER

Güçlendirilmiş beceriler	OLUŞTUR - HEDEFLER BELİRLE - DESTEK
Şunlar için uygundur:	Öğretmenler, öğrenciler
Zorluk seviyesi	Alçak
Ayar	Bireysel, grup
Minimum katılımcı sayısı	2
Ortalama süre	2 saate kadar
Özel ekipman/malzemeler	Evet
Çevrimiçi sürüm	Evet

1. AÇIKLAMA

Ncazelo Ncube (REPSSI) ve David Denborough (Dulwich Centre Foundation) tarafından geliştirilen Hayat Ağacı metodolojisi, ilk olarak Güney Afrika'da HIV/AIDS'ten etkilenen çocuklarla çalışmak üzere geliştirilmiştir. Bu yaklaşım o kadar başarılı ve popüler olmuştur ki artık çok çeşitli ülkelerde ve farklı bağlamlarda çocuklarla, gençlerle ve yetişkinlerle kullanılmaktadır.

Hayat ağacı kavramı oldukça basit ve anlaşılırdır: bir ağacın bir kişinin hayatını ve onu oluşturan çeşitli unsurları (geçmiş, şimdiki zaman ve gelecek) temsil ettiği görsel bir metafordur.

Bu uygulama, insanların (örneğin öğrencilerin) hayatları hakkında onları daha güçlü kılacak şekilde konuşmalarını sağlayabilir.

Öğrenciler kendi 'hayat ağaçlarını' çizerken 'köklerinden' (nereden geldiklerinden), becerilerinden ve bilgilerinden, umutlarından ve hayallerinden ve hayatlarındaki özel insanlardan bahsederler.

Öğrenciler daha sonra bir grup ortamında ağaçlarını bir araya getirerek bir 'yaşam ormanı' oluşturabilir ve gruplar halinde yaşamlarını etkileyen bazı 'fırtınaları' ve bu olumsuzluklara karşı kendilerini ve birbirlerini korumak için kullandıkları yolları tartışabilirler.

Bu yöntem, yeniden travmatize edici olmayan, aksine kendi tarihleri, kültürleri ve hayatlarındaki önemli kişilerle ilişkilerini güçlendiren yollarla hayatları hakkında konuşmalarını sağlar.

2. AMAÇ / FAYDALAR

En büyük avantajı, öğrencilerin kendileri ve şimdiye kadar nasıl geliştikleri hakkında düşünmelerine izin vermesidir. Paylaşılan düşünme deneyimi, birlikte ilerlemenin yanı sıra, (ve başkalarının) "hikayeleri", güçlü yanlarımız, kimliğimiz, değerlerimiz, dostluğumuz ve aidiyetimiz, öğrenme ve geleceğe dair umutlarımız hakkında konuşmak ve yansıtmak için verimli bir zemin yaratır.

Yaşam Ağacı, öğrencilerin refahı üzerinde olumlu bir etkiye sahip olabilir ve farklı bağlamlarda kullanılabilir. Okul değiştirme, ev değiştirme gibi geçiş zamanlarında kullanılabilir. Çünkü bu noktalarda genellikle hem ileriye hem de geriye bakarız ve kendimizi, umutlarımızı ve deneyimlerimizi, yani şimdiye kadarki "tarihimizi" düşünürüz.

Alıştırma, örneğin yurtdışından yeni gelen öğrenciler için, kültürleri ve köken tarihleri hakkında konuşmanın yanı sıra yeni gelmiş olmanın endişeleri / endişeleri hakkında konuşmak için kullanılabilir. Ayrıca, çocukların kendileri, aileleri ve diğer destek sistemleri ve gelecek için sahip oldukları güçlü yönler ve özlemler hakkında konuşmalarına yardımcı olmanın bir yolu olarak da kullanılabilir.

3. İLGİLİ BECERİ KÜMELERİ

Yaşam ağaçları kendilerini yansıtacak şekilde tasarlanmıştır ve "yaşam ağacının ormanının" bir parçası olarak bir grupla analiz edildiğinde, başkalarını ve bir grup içindeki rollerini ve önemlerini anlarlar. Bu, kişisel farkındalığı, başkalarını anlamayı artırır ve gruba ait olma duygusunun oluşturulmasına yardımcı olur(YAPI yetkinliği).

Bir hayat ağacı, bugünü analiz etmek ve yansıtmak, ancak geçmişi anlamak ve gelecek için sahip olduğunuz kaynakları tanımlamak amacıyla yürütülür (HEDEFLERİ TANIMLAMA yetkinliği).

Başkalarının yaşam ağacını analiz ederek, diğer kişide empati ve merak üretilir (DESTEKLEME yetkinliği).

4. UYGULAMA NASIL YAPILIR

1.Adım / Hazırlık:

Her öğrenci için gerekli ekipmanı (kağıt, kalem, duvar, iğne, kurdele) hazırlayın. Kağıt ve renkli kalemler dağıtın. Her öğrenciye en az A4 boyutunda bir kağıt verilir ve mümkünse farklı renkteki kalemlere erişimi olmalıdır. PowerPoint sunusu hazırlayabilir veya yordamı adım adım açıklayan bir yazı tahtası kullanabilirsiniz.

2. Adım / "Hayat Ağacı"nı çizmek

Öğrencilere egzersizin hayatlarını temsil eden bir ağaç çizmek olduğunu söyleyin. Ağacı köklerinden başlayarak adım adım çizeceklerini ve ağacın her bir parçasının önemli olduğunu düşündüğü kişinin hayatının bir unsurunu temsil edeceğini söyledi.

Öğrencilere, aynı elemanların ağacın farklı bölümlerine yerleştirilebileceği bildirilmelidir. Örneğin, "aile" köklerden biri olabilir, aynı zamanda yapraklardan biri olabilir. Öğrencilerin bu tekrarlar hakkında endişelenmelerine gerek yoktur.

Aşağıdaki adımların her biri için, öğrencilerin yaşına ve özelliklerine bağlı olarak sorulması gereken soruların bir dizi örneği vardır ve öğretmen, ifadeleri öğrencileri için uygun hale getirmek için uyarlamalıdır.

Köklerle başlayın - onlar kişinin **yaşamlarını derinden etkileyen her şeyin kökenidir**: öğrenciler kökleri çizmeye davet edilir - kökler aşağıdaki gibi soruların cevaplarını temsil eder:

- *Nerelisin?*
- *Doğum yeriniz nedir?*
- *Gençken nerede yaşadın?*
- *"Mirasınız" nedir, yani ailede sizin için özellikle değerli olan hangi nesnelere ve şeylere sahipsiniz?*
- *Sizi derinden etkileyen ne/kim?*

Öğrencilerin yaşına bağlı olarak, bu adımda yaklaşık 10 dakika harcamalısınız.

Yere geçiş – şimdiki yaşamı temsil eder. Bu bölüm aşağıdaki gibi soruları yanıtlar:

- *Şu anda hayatım nasıl?*
- *Şu anda hayatımın farklı terimlerle temsili unsurları nelerdir (örneğin, yaşadığım yer, anlamlı ilişkiler, önemli deneyimler)?*
- *Nerede yaşıyorum?*
- *Hayatımın manzarası / yaşamın besin toprağı nedir?*

Bir sonraki adım **gövdedir - becerileri, yetenekleri ve yetkinlikleri temsil eder ve** aşağıdaki gibi sorulara odaklanır:

- *Hangi konuda iyiyim?*
- *Becerilerim ve yetkinliklerim nelerdir?*
- *Başkaları benim becerilerimin ne olduğunu düşünüyor?*

Egzersiz, **umutları, hayalleri ve arzuları temsil eden ve** aşağıdaki gibi konuları ele alan dallara odaklanmak için daha da yükselir:

- *Umutlarım, hayallerim ve arzularım nelerdir?*
- *Gelecek için vizyonlarım nelerdir?*

Egzersiz daha sonra **yapraklarla devam eder - kişinin hayatında artık mevcut olabilecek veya olmayabilecek önemli insanları temsil ederler.** Uygulamalar şunlardır:

- *Hayatınızda özel bir rol oynayan insanlar/destekçiler kimlerdir/kimlerdi?*
- *Sosyal ilişkiler ağınızda sizin için sosyal kaynakları kim temsil ediyor?*

Bu nedenle, alıştırmanın bu bölümündeki son adım, meyvelerle ilgilenmektir - **bunlar hayatta alınan armağanları temsil eder** ve aşağıdaki gibi sorular sorar:

- *Özel insanlar hayatıma ne verdi?*
- *Hayatımda aldığım hediyeler nelerdir?*

(NOT: Hediyeler farklı tiplerde olabilir, örneğin eşyalar, para, özel bir öğreti, özel bir kişi vb.).

3. Adım: Sunum ve Tartışma

"Yaşam Ağaçları" çizildikten sonra, görüntü sunulur ve tartışılır. Her biri için yeterli zaman sunduğunuzdan emin olun - yalnızca birkaç kaynak varsa veya hiç kaynak yoksa, sorular sorarak daha fazla uyandırmaya çalışın.

Aşağıda, hayat ağacının farklı bölümlerini tartışırken kullanabileceğiniz bazı soru örnekleri bulabilirsiniz, yine ifadeleri öğrencilerinizin yaşına ve özelliklerine uyarlamaktan çekinmeyin.

Kökler:

- Kökenim hakkında ne kadar bilgim var?
- "Mirasım" (yani ailemin sahip olduğu şeyler ve nesneler) hayatım üzerinde büyük bir etkiye sahip mi?
- Köklerimi düşündüğümde – Ne tür bir duyguya sahibim?
- Geçmişte kimliğimi geliştirmeye yardımcı olan hangi önemli ilkeleri ve değerleri öğrendim?
- Hangi önemli deneyimler hayatımda iz bıraktı (ilk kez aşık olduğumda, ailemin boşanması, başka bir şehre taşınması vb.)?

Toprak:

- Mevcut hayatımın olumlu/olumsuz/nötr yönleri nelerdir?
- Hangi avantajları/dezavantajları görüyorum?

Gövde:

- Becerilerim arka planımla (köklerimle) açıkça bağlantılı mı?
- Kendimde ve başkalarının bende gördüğü yetenekler korkunç mu? Buna şaşırdım mı?
- Becerilerin miktarına şaşırdım mı?

Dallar:

- Büyük veya küçük hayallerim / umutlarım var mı?
- Bu umutlar aileme/başkalarına nasıl bağlanabilir?
- Umutlar/arzular nereden geliyor?
- Hayallerimi gerçekleştirme yolunda iyi olduğumu düşünüyorum muyum?

Yapraklar:

- Hayatımdaki önemli destekçileri / insanları adlandırmak zor muydu?
- Hayatımdaki bazı destekçiler uzun zamandır var mı?
- Hayatımda daha fazla / daha az destekçi olan zamanlar var mı?

Meyveler:

- Bana verilen hediyeleri bulmak zor muydu?
- Hediyelerimden memnun muyum? Onları takdir edebilir miyim?

Görüntüleri tartıştıktan ve yansıttıktan sonra, isterlerse görüntülerini entegre etmek için birkaç dakika daha harcayabilirsiniz. Ağacın tamamına bir göz atın.

Bütün ağaç:

- Ağacınızın farklı görünmesini ister misiniz?
- Hayat ağacınızı daha iyi memnun etmek için farklı ne olmalı?

4. Adım: (bir grupta çalışıyorsanız)

Bu adım yalnızca bir grupta çalışıyorsanız gereklidir.

Tüm ağaçlar sunulup tartışıldıktan sonra öğrencilerden her bir ağacı daha büyük bir ormanın parçası olarak hayal etmeleri ve tüm ağaçları bir araya getirerek bir "Yaşam Ormanı" oluşturmaları istenir. Kolaylaştırıcının desteğiyle öğrenciler her bir ağacın ormana nasıl katkıda bulunabileceğini birlikte keşfederler.

Bu adımı yaparken aşağıdaki gibi sorular sorabilirsiniz:

- *Bir deprem ormanı sarsarsa, ağaçlar direnmek için nasıl birlikte çalışabilir?*
- *Ağaçlardan birine yıldırım düşerse, diğerleri ona nasıl yardımcı olabilir?*
- *Grup tarafından verilen bu cevaplar her birinizi nasıl etkiliyor? Bu grup hakkında sahip olduğunuz fikir, onu bir orman olarak düşündüğünüzde nasıl değişiyor?*
- *Metaforun dışında, eğer biriniz sahip olduğunuz bir problemten bahsediyorsa, bir orman gibi davranan grup ona nasıl yardımcı olabilir?*
- Ve benzeri...

5. adım / Sonuç:

Öğrencilerden görüntülerle ne yapacaklarına karar vermelerini isteyin: eğitim sırasında onları açıkta tutmak veya gerçek sahiplerine iade etmek.

5. BİLGİLENDİRME

Ağaç sunumlarının sonuçlarını özetleyebilir ve öğrencilerden bilinen ve bilinmeyen farklı kaynaklar ve hazineler üzerinde düşünmelerini isteyebilirsiniz.

Hayat ağaçlarından memnunsalr, öğrenciler onu ezberlemeye ve kendi kaynaklarının farkındalığına ihtiyaç duyulan zamanlar için içsel bir resim olarak saklamaya davet edilebilirler.

Aslında, çizim kişinin hayatının kaynaklarını temsil ettiğinden, herhangi bir zamanda değiştirilebilir veya yeniden tasarlanabilir. Kişinin hayatının bir görüntüsü olduğu için, zaman içinde sabitlenmiş bir şey değildir. İnsanlar onu çizebilir, sonra düşünebilir, nefret edebilir, vb.

6. ÖZEL MATERYALLER

Şunlara sahip olmanız gerekir:

- Kağıt (A3 veya üstü önerilir), renkli kalem ve yağı boyalı kalem.
- Görüntüleri, pimleri veya bandı görüntülemek için duvarlar.

Aşağıda kullanılabilecek bir ağaç örneği verilmiştir:



7. İPUÇLARI ve PÜF NOKTALARI

- (Bazılarının) kaynaklar için fikirleri yoksa, ağacın her bir parçası için örnekler verebilirsiniz - örneklerinizin sonuçları etkileyebileceğini unutmayın.
- Bir ağacın çizimini göstermemenizi öneririz, çünkü öğrencileri etkileyebilir ve yaratıcılığı azaltabilir.
- Bireysel bir ortamda daha uzun bir süre boyunca, bu görüntüye geri dönmek veya bu alıştırmayı tekrarlamak yararlı olabilir.
- Bu egzersize çok yakından eşlik etmeye dikkat edin – çok duygusal olma potansiyeline sahip olabilir ve eski yaraları veya yaraları açabilir.
- Egzersiz gruplar halinde yapılırsa, tüm öğrencileri egzersizi yapmaya ikna etmeye çalışın. Bu mümkün değilse, ağaçlarını çizmeyi reddeden öğrencilerden, grubun diğer üyelerinin egzersizi yapmasına yardımcı olan bir öğretmen rolünü üstlenmelerini isteyin . Belki de fikirlerini değiştirecekler ve kendi ağaçlarını çizmeye karar verecekler. Brifing sırasında öğretmenlere egzersizin onlar için nasıl olduğunu ve başkalarına yardım etmenin onlar için nasıl olduğunu sorabilirsiniz.
- Egzersiz uzun zaman alabileceğinden, iki veya daha fazla seansa ayrılabilir. Aslında, öğrenciler oturumlar arasında ağaçlarını düşünebildikleri ve isteklerine göre değiştirebildikleri için bu yararlı olabilir.

8. ÇEVİRİMİÇİ SÜRÜM

Alıştırma, çevrimiçi bir bağlama kolayca uyarlanamaz, ancak tartışmalar video konferans kullanılarak çevrimiçi bir ortamda gerçekleşebilse de, çevrimiçi iletişim, sözsüz iletişim unsurları ve bunların iletimi açısından daha az zengin olduğundan, yüz yüze bir ortamla aynı faydaları sağlamayacaktır.

Çevrimiçi grup ortamındaki deneyimimiz, bireysel katılımcılarda büyük tepkiler olup olmadığını fark etmek için tüm öğrencilerin etkili bir şekilde bağlanmasını sağlamanın bazen zor olduğunu veya bu nedenle çevrimiçi grup ortamında bu tepkilerle başa çıkmanın daha zor olduğunu göstermektedir.

9. BİBLİYOGRAFYA - SITOGRAFYA

- <https://dulwichcentre.com.au/wp-content/uploads/2014/01/tree-of-life-community-context.pdf>
- <https://dulwichcentre.com.au/the-tree-of-life/>
- http://edupact.sporteducation.eu/wp-content/uploads/2020/10/Unit1_Activity3_TreeofLife.pdf
- <https://dcf.wisconsin.gov/files/cwportal/permanency/pc/pdf/ffe-tree.pdf>
- https://youtu.be/nTAhANPC_bw